**«Семейные старты в ДОУ», приуроченные ко «Дню семьи»**

Все родители хотят видеть своих детей здоровыми, веселыми, хорошо физически развитыми. Поэтому, одновременно с заботой о чистоте тела и с удовлетворением потребностей в пище, необходимо создать условия для реализации потребности в активных движениях, которые повышают устойчивость к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма.

Растить детей здоровыми и жизнерадостными – задача каждого ДОУ. В целях пропаганды здорового образа жизни в семье, воспитатели и инструктор по физкультуре ежегодно, в мае, проводят семейные встречи, приуроченные ко «Дню семьи».



**Спортивные соревнования для детей и родителей**

**Ход соревнований:**

*Ведущий:* Здравствуйте! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы убедиться, какими мы выросли красивыми, ловкими, здоровыми, сильными. У нас сегодня необычное соревнование, а семейное.

*Ребенок:*

Родители – такой народ,
На занятость спешат сослаться –
Всем надо спортом заниматься!
А вот чтоб ставить все рекорды,
И о больницах забывать,
Над взрослыми в вопросах спорта,
Решили дети шефство взять.

*Ведущий*: Празднику спортивному рада детвора Юным физкультурникам…

*Дети:* Ура! Ура! Ура!

*Ведущий:* Для начала, давайте познакомимся. Командам приготовиться к приветствию.

*Ведущий*: Вот и поприветствовали друг друга наши команды. А чтобы начать наше соревнование, нужно провести разминку.

**1 конкурс «Кенгуру»**

Эстафета мяч между ног: Прыжки на 2-х ногах до предмета и обратно. Мяч передается следующему игроку; выигрывает та команда, игроки которой быстрее закончат дистанцию.

*Ведущий:* С первым заданием вы справились отлично. А теперь испытания для взрослых.

**2 конкурс «Хула-хуп»**

Мамы крутят обруч под музыку, побеждает та команда, которая дольше всех прокрутит.



**3 конкурс «Колобок»**

В ряд расставлены 3 кегли (заяц, волк, медведь), а в конце стоит мама («лиса») с корзинкой. Участники по очереди с помощью клюшки проводят мячик между кеглями и забрасывают в корзину («в пасть лисы»).

*Ведущий:* Следующий конкурс будет испытанием для мам.

**4 конкурс «Завтрак для спортсменов»**

Ведущий: А теперь мы посмотрим, как быстро могут дети уничтожить этот завтрак.

**5 конкурс «Накорми»**

Пары: папа и ребенок кормят этими бутербродами друг друга.

**ПАУЗА:«Танец с обручами»**

Стук в дверь. Заходит клоун Клепа.

*Клепа:* О, всем привет! Что это вы тут все собрались, по какому поводу? Наверное, у вас Новый Год? 8 марта? День смеха?

Зал: Нет!

*Клепа:* А понятно, спортом значит занимаетесь! Я тоже великий спортсмен. Хотите, я вам покажу самые лучшие упражнения? (Ложится на пол, потягивается, перекатывается на бок, руки под голову, делая вид, что засыпает).

*Ведущий*: Стоп! Стоп! Что это за упражнение такое?!

*Клепа:* А что вам не нравится? Это меня мой тренер научил.

*Ведущий*: Какой же тренер так мог научить?

*Клепа:* Медведь цирковой. Он очень много таких упражнений знает, в положении лежа.

**6 конкурс. Викторина**

*Ведущий*: А мы сейчас проведем спортивную викторину (участники команды отвечают на вопросы по очереди).

1. Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? (зарядку)
2. Как называют спортсмена, катающегося на коньках под музыку? (фигурист)
3. Как называется вид спорта в бассейне (плавание)
4. Как называют людей, которые купаются зимой в проруби? (моржи)
5. Как называется игра, в которой ногой забивают мяч в ворота? (футбол)
6. Что забивают в ворота хоккеисты? (шайбы).

*Ведущий* (Клепе): А хочешь с нами вместе поиграть в игру «Лопни шарик»?

*Клепа*: Конечно, хочу. А как в нее играть?

*Ведущий:* Сейчас в нашем зале будет много воздушных шариков, ваша задача лопнуть как можно больше воздушных шаров. В этой игре принимают участие обе команды и наш гость Клепа.

**Игра «Лопни шарик**»

*Ведущий:* Вот как весело поиграли, а ты Клепа знаешь, ребята песню знают о спорте, послушаешь?

*Клепа:* Ну конечно! (Звучит песня про спорт).

*Ведущий*: Молодцы! А сейчас заключительный конкурс!

**7 конкурс** «**Полоса препятствий**»

Идут по канату с мешочком на голове до дуги, кладут мешочек, пролезают, берут кольцо и бросают в цель (кольцеброс), прыгают на мяче до кегли и обратно несут мяч до кольцеброса и бегут на финиш. Начинают дети, побеждает команда, первой прошедшая всю эстафету.

*Ведущий:* Слово предоставляется жюри (подведение итогов, награждение, Клепа помогает награждать команды).

*Ведущий*: На этом наш праздник заканчивается. Желаю всем участникам всегда быть такими сильными, смелыми, веселыми, всем – не болеть, быть дружными. Ведь именно дружба помогла сегодня нашим командам!

(*Под звуки спортивного марша и аплодисменты команды уходят).*

Соревнования, в которых участвуют родители вместе с детьми, помогают повысить эффективность работы по оздоровлению детей, обеспечивают преемственность методов и приемов воспитания детей в семье и в детском саду.

*Список литературы:*

1. Адашнявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., «Просвещение», 1992.
2. Арепьева Е.А. Тематические дни и недели в детском саду. М., 2005.
3. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду. М., 2003.
4. В гостях у Бабушки-Загадушки. Сценарии развлекательных мероприятий в детском саду. М., «Аркти», 2008.
5. Вареник Е.Н., С. Кудрявцева, Н.Н. Сергиенко. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. М., ТЦ «Сфера», 2008.